

# 最新真实的生活 真实生活日记(通用20篇)

文明礼仪是社会交往中必备的一种修养，它能够体现一个人的素质和教养。文明礼仪的学习是一个长期的过程，需要持之以恒，不断加强自身的修养。工作场合中的文明礼仪，包括了言行举止、合作协调和职业道德等方面的要求。

## 真实的生活篇一

### 游泳

今天我和爸爸一起去游泳，我一开始就游了好几趟，累的不行，我就开始在一旁玩，爸爸已经游了好几趟了，我心里想：不行，爸爸游了这么多，我一定要把爸爸超过了。我奋力追赶，终于追上爸爸了，最后要走时，我感觉我的腿好酸啊！今天游得可真累。

## 真实的生活篇二

### 踢足球

今天上午体育课的时候，我求老师让我们踢一会足球，老师同意了，我们分队时，因为我的实力很强，所以把弱人的都给我了，强的都在对面。

比赛开始了，我们这边都是不会踢的，我们先被进了两个球，后来我大发神威，利用个人能力进了五个球。最终我们赢了。

## 真实的生活篇三

生活是作文的源头，初中生作文的思想、观点、感情及一切材料都来自现实生活。如果学生生活丰富，接触的事物多，

见识广，视野开阔，感受就会深刻，写起作文来就会左右逢源，触类旁通。

初学生的生活内容极为丰富多彩。在学校里，有多种多样的活动，如学习、文体、课余兴趣等活动；在家里，有生活、家务等各种形式活动；把自己的所见所闻、所思所悟，随时记录下来，因为作文教学不光培养学生的写作能力，还要培养学生观察事物和分析事物的能力。观察是说话的前提，是思维的基础，没有细致的观察，学生是不能把话说清楚，把文章写具体的。因此，老师要有目的的、有计划地引导学生留心观察生活，接触社会，接触自然，用自己的眼睛留心观察周围的人、事和景物，用耳朵听取大众语言，听取生活中种种声响，用心去感受生活脉搏，训练学生通过多种感官认识世界，从客观世界中摄取多种营养，不断充实，丰富知识，陶冶情操。这从根本上说，就是让学生捕捉素材，开启学生的写作源泉。

要注意从学生实际出发，开展丰富多彩的第二课堂活动，如组织学生参加演讲比赛，鼓励学生写日记、读后感等，让他们在实践中尝到写作的乐趣。在班级中定期举行信息交流会，让学生将个人收集的材料、写的感受进行交流，以扩充活动效果，使每个个体都能获得全体的信息量，从而使他们感受到“处处留心皆文章”，写出了生活气息浓厚、描写细致、富有真实感的习作来。这时老师需要写下醒目赞语，当众宣读，表示赞赏，激发学生对留心观察的深层的兴趣，促进乐写不疲的内驱力。在此基础上，老师还要引导学生把目光投向广阔的生活天地，随时留心观察日常生活中有意义的、有趣的事物。

## 二、积累素材

老师要充分利用这些课文的作用，引导学生学习作者观察事物、分析事物，表述思想的方法。要给学生以充足的时间和空间广泛阅读，该背的课文要背诵如流，该记的内容要滚瓜

烂熟，初学生在阅读中享受“美文”熏陶，体味谋篇布局，达到善于借鉴运用自如的目的。同时要把作文训练贯穿于日常教学活动中。要求学生随课堂积累优美词句。因为，要使文章精彩，首先是文章有优美的语言和词语。这些内容从哪里来呢？主要靠平时的积累。要求每个学生备有一个优美词句本，每学完一课，把课文中的好词好句摘抄在本子上，并互相交流，有些词语还要求学生结合生活实际练习写话。这样日积月累使学生获益匪浅。

学习《故乡》等课文后，就要训练学生通过人物外貌、动作、语言、神情、心理活动的特点来描写表现刻画人物，反映人物的个性特征以及内心世界等。

总之，要引导学生从课文中学习作者观察方法，表达方式，积累词汇，积累素材，提高语言表达能力。

### 三、扩充素材

初中生语言积累明显不足，写起文章来，就难免“入不敷出”。因此为学生创造阅读条件，引导学生广泛阅读。但是单从课文中学习知识，积累素材，是远远不够的。老师除了要引导学生认真学习课文外，还要要求学生多读课外书籍、报刊、杂志，扩大知识面，充实写作材料。教师要从实际出发，向学生推荐一些童话、寓言、历史故事、民间故事、科幻小说以及中外名作名篇的编写普及本等。

在阅读过程中，应该强调学生要自备笔记本，随时摘抄妙词佳句，精彩片段，写下自己的心得体会，养成不动笔墨不读书的习惯。

“书读百遍其意自见”，也是说多读是提高学生作文的基础。初中生活泼好动，真正让他坐上数分钟，读一篇长文章，他是没有耐心的。即使让他读作文范例，他往往也是蜻蜓点水式的读法，不深入了解文章的写作技巧。这就要求教师要与

他们一起欣赏好作文。可根据不同内容的文章，采取不同的读法。写景的文章可读得山清水秀、心旷神怡，有一种与大自然融为一体之感；记事的文章，可读得扣人心弦、如痴如醉；写人的文章，可读得欢蹦乱跳、活灵活现。让学生了解文章的精句妙段，并和自己一起去读，久而久之，学生对阅读就产生了浓厚的兴趣。

#### 四、用好素材

勤能补拙，练能生巧。素材丰富了，就要引导学生用好素材，提高写作水平。好文章是写出来的，但仅仅依靠作文课堂上学生冥思苦想，“闭门造车”，肯定达不到理想效果。指导学生写日记，是一种简便、有效的写作训练方法，日记可以把生活中看到的、听到的、想到的随时记下来，内容不拘，可长可短，非常灵活。养成写日记的习惯不仅能大大增加练笔的机会，而且能使学生留心观察周围的事物，更加关注生活，热爱生活，做生活的有心人。当然，引导学生写日记，关键是激发兴趣，启发自觉，一般不宜把日记作为必须完成的作业来布置。要使日记成为学生生活上的乐事，让学生想写、爱写。这样学生不断体会到成功的喜悦，练笔的热情就能经久不衰，习惯成自然了。学生习惯了用多种感官去观察事物，并做到专心致志，开动脑筋，选择有意义的、感受深刻的记下来，养成良好的观察习惯，这样写作的素材也就丰富了，写作技巧也就会逐渐提高起来。到那时，无论写人、记事或写景的记叙文，都会有血有肉，生动具体。还可以坚持写读书笔记，这可以帮助学生积累语言材料，开拓写作思路，提高认识事物，表达事物的能力，又是有效提高作文能力的捷径。总之，在作文教学中，不光要教给学生写作方法，更重要的是教给观察生活，认识事物的方法，让学生在丰富多彩的生活中摄取写作材料，在名篇中吸收营养，丰富学生的写作素材，提高作文水平。

## 真实的生活篇四

生活是实在的，真实的生活有快乐，也有磨难！

就拿学习来说吧！

有一年，陶老师让我们准备参加数学竞赛。在这之前老师发了好多练习纸，让我们带回家做。

晚上，我做着，做着就遇到了一道数学难题，我绞尽脑汁，百思不得其解，就在这“山重水复疑无路”是，邻居家的大姐姐走了过来，教我这道题应该怎么做。不一会就把这道题解开了，这真是“柳暗花明又一村”啊！

不久，数学竞赛开始。“我这不是‘飞蛾扑火——自取灭亡’吗？”我喃喃道。

我走进多功能厅，一本正经的坐了下来。试卷发了下来，我快速地扫视了一遍，觉得挺简单。可是，在做时，却遇到与那天晚上类似的题目了。“这下完蛋了，我该怎么办呢？”我自言自语。就在这时，我又想了一种更简单的方法。接着，我一帆风顺的做完了这一张数学试卷。我想：“这次我应该能得个二等奖吧！哎，不管了反正只要能得奖就行了。

不过，这让我明白：在真实的生活里，既会有磨难，也会有快乐！

## 真实的生活篇五

今天我想自己学学削苹果。我求奶奶教教我，奶奶不同意说：“这是大人做的事情。”

俗话说的好：好汉不吃眼前亏。我要想一想我念起了我的口诀一二三想一想，三二一想到了！

嘿，别说这口诀还真管用，我很快就想到了一个好办法了！我花言巧语对奶奶说：“这还能提高我的自理能力呢！”

果然，奶奶二话不说，就拿了一个苹果。哈哈，真是天助我也呀！

我马上就开始削苹果。我才削了一次，苹果就掉下来了。我削了九十五次，也就是说掉了九十五次才削好。

奶奶给我立了一个样子，我才知道怎么削苹果。

现在，我终于学会了削苹果！

## 真实的生活篇六

每天，人的心情都有好与坏，就如天气一样，不可能每天都能拥有一片晴朗的天空。心情，是人的心理感受，是人的真实情感的表现。然而，往往流露出来写在脸上让人看到的、感觉到的却未必都是真实的。心情确实有真与假，有必要的时候必须要隐藏与伪装。但这要看面对什么样的人，处在什么样的环境，也是因人而异。

人生短暂如梦，有很多美好的事物需要去记忆，也有很多痛苦的事需要去忘记。很多时候面对生活，面对现实，我们会刻意的去忘记一些真实的东西，会刻意的去掩饰一些明知的虚假，构筑一些虚幻的梦境。因为生活需要这偶尔的虚假，以安慰在现实中承受的负荷，寻求一种心灵深处的解脱。

所以，很多时候我在想，有很多事情其实不需要了解得太过深刻，有时糊涂也是一种明智，糊涂也是一种幸福，难得糊涂是古人所领悟的一种人生至境。但是，并不是所有的人都可以做到。因为我们大多数人都只是凡世俗人。俗人，就不能抛弃所谓常理带来的行为和思维的习惯。于是，我们费心竭力的追求着某些事物的真相。但很多时候，这些真相所带

给我们的却并不是幸福和解脱，反而会成为一种不能回避和承认的痛苦，让你在探知真相后挥之不去，罢之不能。

很多时候，我会莫名的陷入对往事的回忆之中。常常在想，我到底是应该感谢那个让我受伤的人，还是应该埋怨他？正是因为伤害之后的清醒，让我真正地脱离了真实和梦幻之中的挣扎，摆脱了那种欲罢不能的痛苦。也因为这份清醒和明白，我的心情变得更加坦然。只是那困惑、心伤的感觉，就那么深深的印在了记忆中，成为无法抹去的痛苦。

面对生活中的真实与虚假，不需要再做任何困惑与挣扎。生活与梦想依然要在无奈中演绎并前行，人生似乎就是这样矛盾的快乐并痛苦着！人生的过程似乎就是由无数的故事和无数的记忆串接而成。回忆那一段不想遗忘的记忆，短暂却深刻，或许，我将用一生的时间来铭刻这短短的记忆，又或许，我将这段记忆慢慢遗忘。

夜，在风中摇曳，触动着我那缠绵以久的思绪，窗外的世界已是一片清宁，可我的内心却依然难以寻求那一份渴求已久的宁静。打开情感的空间，寻找一个梦想的天堂，任缠绵的思绪在夜色中飘荡！

夜已深，一天即将过去，新的一天即将到来。一切都已随风，那就让这一切随风……

## 真实的生活篇七

今天我想自己学学削苹果。我求奶奶教教我，奶奶不同意说：“这是大人做的事情。”。

俗话说的好：好汉不吃眼前亏。我要想一想我念起了我的口诀一二三想一想，三二一想到了！

嘿，别说这口诀还真管用，我很快就想到了一个好办法了！

我花言巧语对奶奶说：“这还能提高我的自理能力呢！”。

果然，奶奶二话不说，就拿了一个苹果。哈哈，真是天助我也呀！

我马上就开始削苹果。我才削了一次，苹果就掉下来了。我削了九十五次，也就是说掉了九十五次才削好。

奶奶给我立了一个样子，我才知道怎么削苹果。

现在，我终于学会了削苹果！

## 真实的生活篇八

我走上一个健身器材，双手紧紧的握住握把，傍晚的微风吹拂着我的面颊，今天的黄昏似乎没有我想象中的那么美，明明白天是那么晴，现在却变得灰蒙蒙的。这一切都无比真实的呈现在我眼前。

我曾经说过：生活就像一场梦。但是它又不同于梦，它有美好，也有不足；它有快乐，也有悲伤。毕竟，生活不是童话故事，也不是莎士比亚的悲剧，一切都有两面性。

我走在人行道上，树枝不停的摩擦这我的头，但我却不禁为树感到悲哀，它的枝叶都碰到了我一个矮个子的头，其他比我高的人都走在马路上，这也在说明这些树的头很快就会被砍掉。

走出小区，我看到了很多人在街上悠闲的散步，有很多大妈在广场上跳舞，还有很多地摊……广场舞的音乐声夹杂着儿童欢快的叫喊在广场上此起彼伏，让我的心情感到无比愉快。我想到广场上的每个人都一定有自己的独特的经历，有悲伤，有欢乐。他们叠加在一起，就构成了我们无比真实的生活。

我想到了一篇文章《绿岛小夜曲》，眼前此景真的不亚于文章描述的那样，只是缺少一个能把它描绘出诗意的人；别看我，我不会。而且，这番景色几乎每天都在发生，这就是我们的生活。不是享乐主义者的天堂，也不是悲观主义者所谓的地狱。生活是我们都无法加以定义的，或者说生活就是对它的定义。

我看了看表，8点半了，是时候往回走了。我走回了小区，归鸟从头上飞过。前面的路灯下飞着一只只蛾子，一只蜘蛛把网从路灯上结到了旁边的树上，树底下的土坑里杂草丛生，这不禁给人一种破败感；但是看着两旁被清晨时的雨水冲刷的崭新的建筑物时，你又能清楚的知道这不是一个老旧的地方。

我走上我家楼前的健身器材，握把上似乎还有我之前握出的余温，身处在真实的生活里，这让我很满足。

## 真实的生活篇九

### ——题记

一阵旋风卷起遍地的落叶，一片，两片……落在我的身上、地上。我随手捞起几片叶子，青的，黄的，青黄的，枯黄的……每一片上，都记载着岁月悠悠。青的叶子是出师未捷先死，黄的是功成名退，青黄的是半路夭折，枯黄的是以入土为安。把这些叶子平铺手上，很轻，很轻，轻的几乎没什么分量，再仔细瞧上面曲折的茎干，像一张网，编索着它们密密麻麻的一生。

也许春雨曾滋润过它们，也许夏日曾烘烤过它们，也许秋风曾次虐过它们，也许冬风曾劈碾过它们，也许……小小的叶子经历过生命的艰辛曲折，成长的苦难和磨练，岁月的百味沧桑。一时间，我竟有点抬不起手来的感觉，生命的意义毕竟没有他的外表来得轻呵！在风中，我扬起手，任那满手的

叶子随风飘落，看着它们落在地上，一层又一层，上面的压着下面，后来的压着先到的，我感到岁月的匆匆和流逝。

花开花落，春来秋去，我们的一生也在其中度过。匆匆，太匆匆，脚步匆匆，生命匆匆，是谁曾说：“年年岁岁花相似，岁岁年年人不同。”那么他肯定是真实的体会过生活。十几年后，也许只有几年后，我们就会像落叶一样找到自己该落脚的地方了。是青的亦或黄的？青黄的还是枯黄的？我迷茫而无头绪。

## 真实的生活篇十

理想中的生活处处流光溢彩，现实中的生活往往并非如此，而我从爸爸妈妈的生活中嗅到了一股醉人的醇香。

爸爸胃不好，在妈妈生我的时候，他由于操劳过度住了院。出院后他却丝毫不顾身体，依然馋那口小酒。妈妈也总是在唠叨，少喝点酒，药吃了没？一次爸爸心情不好，妈妈又开始数落他时爆发了一场口角，最后在我的劝说下，爸爸承认妈妈是为他好而当我面给妈妈道歉。

真实的生活平平淡淡，但那偶尔泛起的涟漪却值得回味。

妈妈有时对我说：“你爸年轻的时候就是一头牛，自己认定的事不撞栏杆不回头。”爸爸这时就会说：“你妈那会儿可真臭美了，什么潮流都想赶，还差点成了文学青年。”从昔日的照片依稀可以看出他们当年各自的风采。岁月的磨练教会了他们如何过平淡的生活，如今老爸学会了“跟你商量一下”，老妈也偶尔和我探讨林黛玉等人物形象。

或许梦想会破灭，但真实的生活总少不了那不曾遗失的美好。

爸爸是刀子嘴，豆腐心，春节时我和妈妈去一个阿姨家玩，十点多还没有回家，爸爸打来了电话，开口就埋怨：“你们

还回不回来？看看现在几点了？不会来就住在别人家！”我们来不及分辨，他就挂了电话。才过一会儿又打来电话：“我来接你们，你们先等会儿。”

真实的生活时有缺憾，却又不乏阵阵感动与惊喜。

有一天吃饭的时候，我说大了还要跟他们一起住，爸爸听了连忙说，我才不受你的气，我和你妈回乡下住，种点菜，你想回来就回来。“三八”妇女节到了，我知道爸爸木讷而不会表达什么，于是就自己掏腰包替他买了一支玫瑰，鼓励他送给妈妈，他犹豫再三还是同意了。睡觉前我偷偷趴在他们门口，爸爸若无其事地将花递给妈妈时说：“姑娘给你买的。”我捕捉到了妈妈脸上的红晕以及爸爸嘴角的窃喜。

只要一家人相亲相爱、相濡以沫，真实的生活绝不会不缺少浪漫的氛围。

真实的生活平平淡淡，缺少波澜，但真情却从未枯竭。淡如水、香如酒，历久弥新。

## 真实的生活篇十一

生活是一道数学题，而它的运算是由人的心态来决定的。人生中人总是在进行数学运算，尤其是减法，我有我的.减法。

我会用减法除去忧虑。虽说人无远虑，必有近忧，但乐观积极是人生必备之态度。减除忧虑就像清水洗碗，沾满油污的碗，经过清水的冲洗，换上洁白的新衣，所有的忧虑也将化为乌有，让新的生活在洁白无瑕中迈步从头越。

我会用减法除去自傲。“虚心竹有低头叶，傲骨梅无仰面花。”反复地吟哦，字字地品味。凝视房屋的竹子，看看那片片绿叶，清新的气息在飘洒，一个天使在劝告：“骄傲使人落后”。我明白了叶子的无声诉说，将所有的成功化为如今奋

斗的动力，重新扬帆而行。

我会用减法除去自卑。“妄自菲薄犹如一条毒蛇，啮噬着你的心灵。”我虽无他人许多的优点，但我也拥有我的长处，我有我独特的减法。人生有得必有失，得失乃相对而言。我减去了玩耍的时间，在家务活中我获得了自信的能力。天空更加清明，是因为减去了云朵，人不能因为失去或者不曾拥有而自卑。我郑重其事地对自己说，一定将自卑的毒蛇赶走。

生活中的减法数不胜数，减法可以用许多方式来进行：感悟自然、体会生活、调整自我……生活中应拥有的东西则视为瑰宝来保存，应摒弃的事物则毫不犹豫地减去。

曾无数次想过，若是将秋日的黄叶“减去”，树就会失去生机吗？在我的多次减法运算过程中，给了我否定的答案，秃兀的枝干仍有鸟雀的栖息，这不就是生机吗？而我们，将那些不好的品行减去，将会使我们的生活更加色彩斑斓，我们的道德将会得到提升，我们的心灵将会在无数次的减法中，获得洗涤，变得清澈而高洁。

生活中的减法是一种美好的心态，若是将这减法运算正确地进行，无论是道德还是心灵都将受益非浅。

## 真实的生活篇十二

真实的生活，完美的人生

自从来到人间，稀里糊涂，懵懵懂懂地活了那么久，那么久，一直很迷茫，很痛苦，就像是在世上打了千年桩一样，是因为没有悟透人生的真谛，度日如年。以至于活到老，学到老，悟到老，方悟出了什么是真实的生活，完美的人生！这个看似简单，实则不简单的道理。

不过孔子都是，三十而立，四十不惑，五十知天命，六十耳顺。不也是有个参悟人生的过程吗？所以我的悟道，也不算迟！起码知道了天命是什么——在天为阴阳；在物为正反；在社会为矛盾；在人为男女，善恶等等。

不管什么人，来到世上，都是为了追求真善美，因此想尽千方百计避免假丑恶。由于不愿接受事物的另一面，所以越活越痛苦。

只有当我们学会了从宇宙的角度看问题，才能全面客观地，接受现实中存在的正反两个方面，从而认识到生活的真实性，方能悟出什么是完美的人生。人的一生，过得好是精彩，你沐浴着阳光；过得不好是经历，可在雨中漫步。这样的人生，难道还不完美吗。如果非要挑剔不够完美，那就是你的认识的还不够完美！

我们小时候，无忧无虑，想吃就吃，想哭就哭，想闹就闹，想打架就上，想睡觉，倒在稻草堆边都能睡着。真有点禅的意境：“饿来就吃，困来就睡！”

随着年龄的增长，仅有的一点禅性也没了。开始有了是非、善恶的判断，喜欢想入非非。记得18岁时，情窦初开，父亲问我想取什么样的妻子？我毫不犹豫地说：“起码要出得了厅堂，下得了厨房，进得了书房，入得了闺房，上得了舞台，当得了乞丐，游得来名胜，种得来庄稼！”我父亲瞠目结舌半晌后说：“还起码呢？狂妄得不知天高地厚！就是七仙女下凡都达不到你的’要求！你也不秤秤自己几斤几两！世上就是有这样的女人，你配得上吗？”

我认真地一掂量，自己还真不怎的！充其量是个好高骛远之徒，这也是所有少年共有的通病。美梦破灭了，于是只好实事求是地找了一个会过日子的女人，成了家，生了子！原来真实的爱情就是梦想与现实的碰撞！

后来参加工作了，在人际关系上，只注重真善美，想结交诸葛亮，刘伯温，姜子牙那样的高人，一般人难入法眼，结果处处碰壁，人人讨厌，成了孤家寡人。本想学《红楼梦》中的林黛玉，质本洁来还洁去，可一想，那不就洁到土里去了吗？还是现实一点吧！即使你成了诸葛亮，刘伯温，姜子牙那样的高人，也得把根扎在人群中，否则，你就浑身是铁，也打不了几根铆钉啊！

在业余学习上，只追求高大上，越是没人读得懂的书，越是想办法钻研。什么《易经》《老子》《庄子》《孙子兵法》都似懂非懂地看，甚至连人人见了头痛的《多心经》《阴符经》都想办法去找几个版本来参照着翻译。结果，领导要我当办公室主任，第一次写出来的总结，海阔天空。领导说：“这是总结吗？学说报告都没这么海阔天空啊！看来还得我亲自动手！”原本自以为是空前绝后的美文，被全盘否定后，羞得我无地自容。回去才认真钻研公文写作，平时多作工作日志。第二次的总结，全面通过。领导满意，我也得意。

这才意识到，生活中的真善美是与假丑恶相伴出现，阳春白雪是与下里巴人结伴而行。俗话说：“先苦后甜有花开，先甜后苦划不来”。先苦后甜的人是累过方知闲，苦过方知甜，他们在先前的苦难中积累了丰富的生活经验，更会珍惜来之不易的获得。先甜后苦的人，只有享受的快乐体验，伴随他进入后半生的苦难，正所谓由奢入俭难啊！这样的人，没有任何生活经验，如何面对苦难，必然是生不如死！可见苦乐也是一半一半的，只是有先后不同的结局。

所谓完美，是人们的想象，不完美才是现实生活。人来到这个世上，总要经历各种坎坎坷坷，也会尝尽酸甜苦辣，这样的人生，才是真实的完美。然而，不同的人，面对同样的事物，还是会有不同的感受。所以才会产生万象的人生。

我也是活到退休后，才明白了人生是，前半生像藕一样在污

泥中打滚，扎根；参加工作了才像未露尖尖角的荷叶杆，浸泡在水中挣扎；退休了才像出污泥而不染的荷叶荷花，自由自在地随风飘摆。所谓：酸甜苦辣都有营养，摸爬滚打皆是人生。

## 真实的生活篇十三

“金”上添花

中国力量震撼东京，中国速度创造历史。

——题记

昨天，中国代表团以88枚奖牌，第二的'成绩完美的在日本奥运会落幕。

从1984年，许海峰为中国获得奥运史上第1枚金牌，到清华大三学生杨倩获得东京奥运会首金。

从“中国飞人”刘翔，到唯一站在百米跑道上的，代表着“中国速度”的苏炳添。

从四跳三满分的跳水女皇郭晶晶，到横空出世五跳三满分的仅有14岁，家境贫寒的全红婵。

从乒乓球男子大满贯刘国梁，到男子超级大满贯，称号为龙的国乒队队长马龙。

从曾经把“瓷娃娃”福原爱打哭的“大魔王”张怡宁，到4：0打败日本选手的“小魔王”孙颖莎。等等等等。

表面上的他们取得金牌似乎毫不费力，但背后少不了日日夜夜的练习。

中国国旗升在最高处，东方红是最令人自豪的颜色。

## 真实的生活篇十四

这是我刚刚才在空间写的，想要让e度空间的朋友们知道一下我这几天的军训生活。好吧，那我就再辛苦一点，弄过来吧。

以前是谁说军训很痛苦的了？？揍他，揍他，先揍了他我再跟你们说。听他们说那话啊，我真想把自己给弄感冒了，然后就做个“逃兵”，不去军训了，在家好好“修养修养”……开玩笑的了，没这么严重，怎么样我都不会当“逃兵”的，对不对？谁叫咱这么乖，这么坚强呢。不过说真的，他们把军训说得那么恐怖，我是怀着一种紧张不安的心情去参加这人生的第一次军训的。

23号晚上忽略不说吧，没什么新鲜的，就是疏疏去到学校，疏疏整理东西，疏疏去学校，疏疏班主任做自我介绍，然后说一些校规校纪，而我们的自我介绍是在第二天晚上才进行的。

24号早上，我们就先来到足球场集合，之后上到食堂二楼开会，有关军训开始的大会。全年级23个班，一千七百多人（因为今年一中高考成绩好，学校扩招多了三百多人，有十三个一中班，十个是诚信班）（纯属是记录），勉强还做得下来吧，我就记得我是坐在靠近窗这一边，还好是这样，没那么憋气嘛！首先是学校的那个某某主人在台上讲话，给我们讲述军训的意义及即将要军训我们的武警的来历，还有在谈述这支武警和我们学校的友谊，经过我们这一届，更会加深我们的友谊等等等等。紧接着说话的是这只武警的队长，也是说那些东东，然后，就到那二十三位教官上去亮相了，还一一说明哪一位是负责哪个班的。我就记得一个，负责训练我们班的那个是叫彭亮，其他的一律忽略不计吧，(\*^\_\_^\*)嘻嘻。

第一个军训的早上开始咯，我记得貌似刚开始时，我们来到足球场上时，在这边晃悠悠的，同学们哇，拿包包的可不少（算我一个吧），还有没有包包只拿水的，教官一叫到我们“听”，马上把包包什么的放下，更有的用扔的干净利索。接着，教官看中了那边的跑道上的一角，貌似有点阴凉的地方，因为刚8点，所以太阳也不是很辣，还是觉得蛮好玩的。特别是教官那“给你们三十秒钟时间，马上把东西放好，来到这儿集合！”那时我狂叫哇，不对，准确来说，是边跑边笑，我估测过时间，别说三十秒了，就是一分钟，我们也没有及时回到教官那儿，貌似他没有时间观念还是太仁慈了，没有说我们，就笑着跟我们说了一句：“你们好慢哇，三十秒给我一百米跑步来回都够了……”“今早我们来训练第一个内容：立正，跨立，稍息，向左向右向后转。现在，开始……”就在这一声“开始”中，我们的军训生活正式开始了。今早一个早上，都是重复这几个动作，当然，期间有好多时间也是休息的。

下午，倒是觉得比早上放松了许多，我们温习了一下早上的训练内容，教官就带我们去到一个阴凉的地方，他看到他那个“爷”（认的哦，我们的教官还有他的“哥”呢，同在这儿的。）后，我记得那位教官对我们教官说的第一句话就是：“小彭声音都这么小，腼腆哦！”（一阵小声，两班合起来的）紧接着我们的彭教官和他聊了起来，留下我们在这班“立正”，傻傻地站着，不过我们有偷听他们的谈话，站着我们都感到好搞笑，似乎忘记了站着的累，只知道两位教官好搞笑哇。接着，貌似我们这些“训练兵”就成了两位教官“较量”的棋子，开玩笑啦，话真的不能这么说喔，其实还是我们这些“假兵”的较量的，但事实表明，我们这班的实力比起他们班来，是有点落后了，不是我长他人志气灭自己威风的哦，是我们这边的男同学金口难开哪，那声音哇，全班一叫起来，根本听不到男同学的声音的，也难怪我会这么说了吧。这一下午剩下的军训时间，我们就是坐下来，慢慢和教官那个“爷”较量吧……第一天就这样，感觉蛮有趣的。

这天自修时间我们主要是做两件事：一是做自我介绍，二是发新书下来给我们预习咯。

第三天早上要照相弄校章的，，照完相之后，压根儿没返回那个足球场训练场地，在校园里的树荫下，就在这儿稍微训练一下，也不知道哪班的教官，和我们班教官对调，接着就是罚我们全体蹲下，不许动，坚持二十分钟，如果动的话，三十分钟，那人实在是太严厉了，要是按他那样的话，我们脚不都弄瘸了吗？（蹲不是我们平时的蹲，是那种用右脚跟踮一下的那种，可累了）我可没那么“老实”，听他说不动就不动，我趁他不注意的时候偷偷换脚掂，不然我真的坚持不下去的，很有自知之明的我。还是我们教官好，看到我们这么痛苦，在我们坚持了近十分钟之后，叫我们起来，那一刻，好想说“教官，我爱你。”不过我没开口，有人可开口了，，我们心知肚明，差不多全班人都很对他怀有这种感激，这种敬意。一个早上我们都在这树荫下坐着，晃悠晃悠时间就如此溜过去了……下午训练就辛苦了，一排排来，特别是我们第一排（我也不知道怎么变第一排了，原本我记得在第三排的，后来排乱了，就变成在第一排了），用教官的话来说就是，后面的可以乱，但是第一排必须不能乱……所以我们必须加紧训练。

第四天就是训练跑步，下午因为打雷，所以提前一个小时散队。今早呢，就是退操啦，，，我们呢，这个呢，上去呢，后来呢，就……就……得了个优胜奖，厉害吧！（\*^\_\_^\*）嘻嘻，，可惜是三等奖，得奖的最后奖……不过呢，你们看哦，“优胜奖”比一等奖和二等奖都要好听，对吧？（自我安慰一下……）我们领回奖之后，集体跟教官说了一句：“教官教官，我们爱你！”原本我们是想要给教官买一束花的，但是后来班主任来又说什么，花没什么用，是不是应该买一箱王老吉送给教官呢？班长赞成了这个提议，把花换成王老吉。后来到了各班照集体照的时间，我们是十二班，所以还没这么快就轮到我们，我们到篮球场这边集合，和教官聊天，王老吉来了，教官却说心意他就领下了，但是不能收下这王老

吉，因为军队纪律严明什么的。那时候我们颇感失望的呢，班主任叫当场开封王老吉，先给教官一瓶，因为教官不收下，而王老吉又有限，所以呢，想喝的同学就上去拿。那时候我真感到很搞笑咧，买给教官的，我们干嘛要喝？即使教官不拿，那算了，没我的事了，我闪一边儿去吧！紧接着真的有的同学去拿，但是有一个同学可就过分了，至于怎么过分，在此不想提了，只想把不好的给它忘记咯。

好了，这几天报告到此结束[]seeyou[]

以上就是我刚写的，有好多我都想写的，可是又没什么灵感，是太累了吗？还是脑子僵化了呢？但愿不要吧，呵呵。

## 真实的生活篇十五

我们向往的生活是怎样的呢？我猜那是幻想中天堂的存在，明明如近在眼前般，但却又是遥不可及。而至于真实的生活，真的很真实。

真实的生活并非所幻想般的美好，但又绝非地狱般的感觉。

你也许会抱怨，抱怨生活为什么会有诸多的不顺，不如意。但是也请你静下心来想一想，其实不顺也有他存在的价值，当你战胜了困难时，那感觉你不觉得像是在大汗淋漓之后一阵微风吹拂而过的幸福吗？凉爽，惬意。或许当你再次回忆之时，还会有大梦初醒，魔犹在的感觉。那是成功的感觉，是战胜困难之后的幸福之感。

真正的生活绝对不是一帆风顺的，他总是会有这样那样的意外。或许在你干某一件事时，会有一盆水浇下来。但那又有何妨。你不如试着做的更好。即使你不可能做的更好，你也不可以因此而一蹶不振。即使有些水太凉了，凉的你过后都不想也不敢回忆那滋味，你也不能，绝对不能。

我记得有一首诗：“人有悲欢离合，月有阴晴圆缺”这便很好的诠释了生活。生活不会完美，纵有失败，纵有烦恼，纵有不顺，但也有成功，有快乐。生活就是这样，可以让你哭，但也可以让你笑。而我们就在这里成长，感悟一切。

既然如此，就做一个真实的自己。用心生活，用乐观诠释生活。

以真实的自己，生活在真实的生活中。或许会在你回忆当初的自己时，唤起你思绪的百般依恋，撞击你心灵的再次震荡。不忘初心，方得始终。

## 真实的生活篇十六

今天是我的生日，妈妈昨天就给我订好了蛋糕。

下午我一放学就和妈妈一起去取蛋糕，在蛋糕店里我看见了我的生日蛋糕，是巧克力蛋糕。

我们把蛋糕带回家，我想请同学和我一起庆祝，可是妈妈很忙，下班太晚了，我的同学都已经回家了。

我的生日在爸爸妈妈的掌声中，祝福中，快乐中，幸福中度过的，我非常开心，虽然没有同学和我一起庆祝，可是有爸爸妈妈陪我过生日我就很满足了。

更开心的是，我生日收了好几个红包，我想如果我每天都过生日，那多好啊！哈哈！

## 真实的生活篇十七

作文是表达的需要，如果没有表达的需要谁会写作文呢？

现今的作文训练以应试为目标，脱离中学生的生活实际，刺

激不了学生的作文需要，学生自然无语作文。

现今的作文考试道德负担太重，学生十多年从学校到学校严重脱离复杂的社会生活，在学校里接受的是教条的德育，其心灵中种下的是高尚的道德与复杂的社会生活相冲突的矛盾的种子。学生要么因为现实生活难于符合教条式的道德而虚伪，要么因为教科书不符合生活的真实而怀疑道德。而应试作文恰恰要求学生表达教科书式的人生观和道德观，这自然无法让学生敞开心扉真实表达。

我们的学生面对复杂的社会有消极的或偏激的看法是极正常的事情。我们的教育本来应该有宽容的心胸来包容学生，容许学生有言论和思想的自由；我们的教育本来应该有自信，来引导学生正确的理解生活。但是现实的教育多是简单的压制学生，以考试来威胁学生，表面上要求学生有正确而积极的思想情感，其实堵塞了学生真实表达的道路，有意或无意地暗示学生说假话，抒假情，发空感。我们知道说假话其实是蛮痛苦的，学生作文无语正是这痛苦的表现。不难理解为什么坚韧我追求的品格一个作文就让很多不该死的。父母在作文中死了，不该残废的学生在作文中就残废了。末了，我们的专家们还指责学生作假，殊不知是谁教学生作假！

要让学生真正得到作文训练的好处就应该立足生活，引导学生关注生活，体验生活，思考生活，用作文来表达生活。

教师自己要能够辨证地发展地全面地认识生活，正确地宽容地对待学生在作文中表达出来的所谓消极的甚至阴暗的内容，把这看作是教育学生的机会，趁机引导学生辨证地发展地全面地认识生活，从而养成学生健全的人格。

教师平时的作文训练就应该从现实生活中来，在生活中选择作文的素材。

教师和学生的主要生活环境相似，教师能注意到的生活素材，

学生也能有机会注意到。比如校内的事，街头的所见所闻，媒体传播的事件等等。教师自己如果对生活有激情，敏感于生活，善于发现生活中的作文素材，善于思考生活，自然也就容易引导学生关注生活思考生活。

学生面对来自现实的作文素材，要解决的是现实的问题，不是教科书上能找到教条的答案的，不管他思考得深还是浅，总之我们需要的不是一个正确的答案而是学生有一个属于他自己的真实的思考过程与结果；我们需要的是学生能够用自己的目前的真实的标准去评价问题，能够用他自己找到的办法去解决问题。长期这样做下去，我们就有希望教育出自主的学生来。

现实生活是复杂的，难于从一个角度，用一个标准去评价，因此给学生现实生活的作文素材就给学生提供了一个多视角评价生活的机会，也就能够引导学生全面地辨证地关照生活，正确地认识生活，形成开阔的心胸，开放的思维，健康的人格。

一个人的世界观的形成绝对不是用教科书就能教出来的。学生的思想感情不和现实生活发生冲撞，是不可能正确地认识生活，认识自己的。因此给学生现实生活的作文素材就给学生提供了一个思想感情和现实生活发生冲撞的机会，这个冲撞就会检验学生的主观世界和客观世界的磨合性，真实的生活就会在冲撞之后校验学生的世界观，从而推动学生的世界观的养成。在这个冲撞过程中教师就有机会来认识学生，从而引导学生形成积极的世界观。

让我们的作文返璞归真，去挖掘生活的源泉，浇灌学生的人格之树，我想这才是作文的真正目标。

## 真实的生活篇十八

初一生活，像竹林间的一条小溪，清而美；像秋天里枫林间

的一阵微风，清爽而恬美；像金达莱树上飘落的一片花瓣，清幽而素美。

我已经14岁了，初中校园的景象在我的视线中变得清晰而优美。教室里，同学们淡淡的微笑，老师们亲切的话语，让我的初一生活，变得多姿多彩，变得清新，甜美。

初中生活，看起来枯燥，无味，其实，蕴含着一种内在的清美，功课虽繁多，但我们都是一样的，都要去学习。老师虽严厉，但是可在为我们奉献着，只不过，有时被掩盖了。

我们比小时候懂得更多，做得更好。再也不会做三七二十四的傻事，拿木头切石头的无知，把蚯蚓当成蛇的幼稚，只会越来越聪明，越来越懂事，越来越博学。这一切都体现出了初中生活带给我们的美与清朗。

优美的校园为我们的生活环境做了很好的铺垫。我的视野变得美观，心情变得豁然开朗，生活越来越美好，学习也变得快乐起来，初一生活显得非常清美。

课堂上，老师孜孜不倦的解说着课本，我们静静地听着，时时问老师问题，老师耐心的解答着。一节课下来，我们懂得了许多，收获的许多。

时间在一秒秒飞逝着，半年时间看起来似乎很漫长，好像总也过不完。但现在，初一半年的学习生活，已然过去了。生活中的点点滴滴，我们都积累了下来，一本作文，记录下了我所有的精彩瞬间。翻阅起来，感觉到的清静与美好，回味无穷。

初一生活，只剩下半年了。我们深厚的友谊，温暖的话语，感动的安慰，永远都被铭记着。

初一生活，慢慢体现的清美，让我沉浸在里面，不想抽身，

只求欣赏到那独特的味道，就可以了。

## 真实的生活篇十九

生活是一道数学题，而它的运算是由人的心态来决定的。人生中人总是在进行数学运算，尤其是减法，我有我的减法。

我会用减法除去忧虑。虽说人无远虑，必有近忧，但乐观积极是人生必备之态度。减除忧虑就像清水洗碗，沾满油污的碗，经过清水的冲洗，换上洁白的新衣，所有的忧虑也将化为乌有，让新的生活在洁白无瑕中迈步从头越。

我会用减法除去自傲。“虚心竹有低头叶，傲骨梅无仰面花。”反复地吟哦，字字地品味。凝视房屋的竹子，看看那片片绿叶，清新的气息在飘洒，一个天使在劝告：“骄傲使人落后”。我明白了叶子的无声诉说，将所有的成功化为如今奋斗的动力，重新扬帆而行。

我会用减法除去自卑。“妄自菲薄犹如一条毒蛇，啮噬着你的心灵。”我虽无他人许多的优点，但我也有我的长处，我有我独特的减法。人生有得必有失，得失乃相对而言。我减去了玩耍的时间，在家务活中我获得了自信的能力。天空更加清明，是因为减去了云朵，人不能因为失去或者不曾拥有而自卑。我郑重其事地对自己说，一定将自卑的毒蛇赶走。

生活中的减法数不胜数，减法可以用许多方式来进行：感悟自然、体会生活、调整自我……生活中应拥有的东西则视为瑰宝来保存，应摒弃的事物则毫不犹豫地减去。

曾无数次想过，若是将秋日的黄叶“减去”，树就会失去生机吗？在我的多次减法运算过程中，给了我否定的答案，秃兀的枝干仍有鸟雀的栖息，这不就是生机吗？而我们，将那些不好的品行减去，将会使我们的生活更加色彩斑斓，我们的道德将会得到提升，我们的心灵将会在无数次的减法中，

获得洗涤，变得清澈而高洁。

生活中的减法是一种美好的心态，若是将这减法运算正确地进行，无论是道德还是心灵都将受益非浅。

## 真实的生活篇二十

我们班的陈上读了四遍《亲爱的汉修先生》，老师表扬了他。我也想得到老师的表扬，于是我再次打开了《亲爱的汉修先生》这本书。再次阅读这本书，却有了不一样的感受。

记得初读这本书时，我不免有些失望，书中除了写一个小男孩成长的故事外，其它的似乎没有什么了。但当我再次品读之后，才发现，作者笔下的世界是真实的，这个世界千姿百态：有爱也有痛；有意外的收获，也有必然的遗憾。只有一个真实的世界，才能使我们真正的成长。

在和汉修先生的交流中雷伊学会了写日记，练就了一手好的文笔。在写日记的过程中，他时而开心，时而伤心，把自己所有的喜怒哀乐以及心里的真实想法全部渲泄在了日记里，他慢慢地长大了。这时，他有了自己的奋斗目标，那就是当一名像汉修先生一样的名作家。机会总是留给有准备的人，很快，他的一篇描写他与爸爸坐卡车出游的作文在比赛中荣幸地获得了小作家征文的“荣誉入围奖”。这个荣誉的获得，让雷伊既兴奋又激动，同时，他更加坚定了自己的理想。

在和汉修先生的交流中雷伊学不仅会了写日记还学会了应该如何面对生活。他理解了父母无法共处的原因，体会到了父母对他的关爱。雷伊的父母的离异似乎一下子使他成长。在雷伊的成长过程中，他的妈妈是他不可或缺的一部分。她不仅鼓励雷伊从父母离异的问题中走出来，还教雷伊要从容面对以后可能遇到的挫折，这样的母亲无疑是伟大的，她不禁使我肃然起敬。

除了汉修先生和妈妈以外，文中还有一些人物对雷伊的成长也起着关键的作用。他们对孩子们成长的关爱与鼓励，也不时令我感动着，钦佩着……像时刻关注他提醒他的法兰德·林先生、把汉修的新作第一个给雷伊看的图书管理员、理解学生的睿智的校长、负责任的爸爸、欣赏雷伊，鼓励雷伊的女作家，正是他们使雷伊小小的心灵逐步成熟、自信，鼓胀起无限的希望和梦想。

再读《亲爱的汉修先生》，我读的不是雷伊的生活故事，而是这真实生活中朴实的爱。